Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D01-Podstawowa	Chleb żytnio- pszenny 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118.4 /(porcja 515g)= 623,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.7 /(porcja 515g)= 29,80 g** **Tłuszcz (100g)= 5.9 /(porcja 515g)= 31,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 515g)= 19,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 515g)= 55,40 g** **cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 515g)= 11,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 515g)= 9,90 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 515g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 65.1 /(porcja 515g)= 342,80 mg**		Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (*SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (*JAJ, GOR,*) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 76.6 /(porcja 1120g)= 851,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 1120g)= 41,60 g** **Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 1120g)= 112,80 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1120g)= 14,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 5 /(porcja 1120g)= 55,20 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g** **Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 460g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 460g)= 55,70 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 101.6 /(porcja 460g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 045,50 kcal** **Białko ogółem 92,10 g** **Tłuszcz 72,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30,50 g** **Węglowodny przyswajalne 241,90 g** **cukry suma 38,10 g** **Błonnik pokarmowy 35,20 g** **Sól 4,20 g** **Sód 867,50 mg**

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-09 12:08:17

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D02-Łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103 /(porcja 570g)= 572,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 570g)= 28,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 570g)= 20,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 570g)= 10,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 570g)= 65,60 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 570g)= 16,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 570g)= 8,90 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,80 g** **Sód (100g)= 110.8 /(porcja 570g)= 615,60 mg**		Koperkowa z zacierką 300ml (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.8 /(porcja 1120g)= 787,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1120g)= 34,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 1120g)= 106,20 g** **cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,00 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 6.1 /(porcja 1120g)= 68,10 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 23.3 /(porcja 350g)= 80,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g** **Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 3.8 /(porcja 350g)= 13,00 g** **cukry suma (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 4.5 /(porcja 350g)= 15,40 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 460g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 460g)= 55,70 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 101.6 /(porcja 460g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 910,90 kcal** **Białko ogółem 83,40 g** **Tłuszcz 62,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g** **Węglowodny przyswajalne 240,50 g** **cukry suma 36,40 g** **Błonnik pokarmowy 26,20 g** **Sól 2,10 g** **Sód 1 160,80 mg**

akcept. dn. 20.11.26r.

DIETETYK

mgr Anna Klasa

Wydruk z MAPI JADŁOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-09 12:08:17

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela DZIECI P01B- Dieta Podstawowa Dziecięca	Chleb żytnio- pszenny 30g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Ser żółty 60g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 546,20 kcal** **Białko ogółem 27,10 g** **Tłuszcz 30,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19,10 g** **Węglowodny przyswajalne 40,70 g** **cukry suma 11,30 g** **Błonnik pokarmowy 8,60 g** **Sól 1,50 g** **Sód 206,90 mg**	Mandarynka 100g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 54,40 kcal** **Białko ogółem 0,50 g** **Tłuszcz 0,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 12,00 g** **cukry suma 5,00 g** **Błonnik pokarmowy 1,40 g** **Sól g** **Sód 7,80 mg**	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (***SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Sos naturalny 120g A (***GLU Psz, MLE,***) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 100g G (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 763,20 kcal** **Białko ogółem 40,60 g** **Tłuszcz 16,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,50 g** **Węglowodny przyswajalne 103,20 g** **cukry suma 18,70 g** **Błonnik pokarmowy 19,60 g** **Sól 0,90 g** **Sód 55,20 mg**	Herbata owocowa z cukrem 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 119,60 kcal** **Białko ogółem 3,30 g** **Tłuszcz 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 23,00 g** **cukry suma 10,00 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,10 g** **Sód 7,80 mg**	Chleb żytnio- pszenny 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 368,50 kcal** **Białko ogółem 13,90 g** **Tłuszcz 17,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,10 g** **Węglowodny przyswajalne 36,10 g** **cukry suma 6,40 g** **Błonnik pokarmowy 2,60 g** **Sól 0,90 g** **Sód 280,50 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 851,90 kcal** **Białko ogółem 85,40 g** **Tłuszcz 66,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29,80 g** **Węglowodny przyswajalne 215,00 g** **cukry suma 51,40 g** **Błonnik pokarmowy 32,20 g** **Sól 3,40 g** **Sód 558,20 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela D05-Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 90.8 /(porcja 570g)= 504,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 570g)= 28,70 g** **Tłuszcz (100g)= 2.1 /(porcja 570g)= 11,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 570g)= 5,00 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.5 /(porcja 570g)= 69,50 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 570g)= 16,30 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.4 /(porcja 570g)= 8,00 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 570g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 29.1 /(porcja 570g)= 161,70 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt naturalny 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 26.3 /(porcja 350g)= 90,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,30 g** **Tłuszcz (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 0,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 4.4 /(porcja 350g)= 15,20 g** **cukry suma (100g)= 3.4 /(porcja 350g)= 11,80 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .1 /(porcja 350g)= 0,20 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 16.2 /(porcja 350g)= 55,80 mg**	Koperkowa z zacierką 300ml (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A Sos naturalny 120g A (***GLU Psz, MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.8 /(porcja 1120g)= 787,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1120g)= 34,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 1120g)= 106,20 g** **cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,00 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 6.1 /(porcja 1120g)= 68,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g** **Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	Bułka pszenna 100g (***GLU Psz, SOJ, GLU Jęcz,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 88.8 /(porcja 460g)= 403,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.2 /(porcja 460g)= 9,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 460g)= 1,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.1 /(porcja 460g)= 59,60 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,40 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 460g)= 3,40 g** **Sól (100g)= .5 /(porcja 460g)= 2,20 g** **Sód (100g)= 1.7 /(porcja 460g)= 7,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 885,30 kcal** **Białko ogółem 88,90 g** **Tłuszcz 46,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11,60 g** **Węglowodny przyswajalne 268,50 g** **cukry suma 53,70 g** **Błonnik pokarmowy 24,60 g** **Sól 4,60 g** **Sód 301,20 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D11- Papkowata	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10.1 /(porcja 500g)= 50,30 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8.6 /(porcja 600g)= 50,30 mg**	Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Papka (*GLU Psz, MLE, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 62.9 /(porcja 500g)= 314,50 kcal Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 500g)= 18,80 g Tłuszcz (100g)= 2.7 /(porcja 500g)= 13,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.3 /(porcja 500g)= 6,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.3 /(porcja 500g)= 26,30 g cukry suma (100g)= 1 /(porcja 500g)= 4,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,60 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,20 g Sód (100g)= 12.8 /(porcja 500g)= 64,10 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10.1 /(porcja 500g)= 50,30 mg**			**Wartość energetyczna[kcal] 2 069,10 kcal Białko ogółem 123,60 g Tłuszcz 66,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,60 g Węglowodny przyswajalne 234,50 g cukry suma 17,70 g Błonnik pokarmowy 24,80 g Sól 0,70 g Sód 265,30 mg**

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-09 12:08:17

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D12- Płynna wzmocniona	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10.1 /(porcja 500g)= 50,30 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.6 /(porcja 600g)= 497,90 kcal Białko ogółem (100g)= 4.9 /(porcja 600g)= 28,60 g Tłuszcz (100g)= 2.5 /(porcja 600g)= 14,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 600g)= 61,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 600g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .7 /(porcja 600g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 600g)= 0,20 g Sód (100g)= 8.6 /(porcja 600g)= 50,30 mg**	Mięso+warzywa+masło+ziemniaki 500ml Płynna (*MLE, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 36980 /(porcja 1g)= 369,80 kcal Białko ogółem (100g)= 1863 /(porcja 1g)= 18,60 g Tłuszcz (100g)= 1745 /(porcja 1g)= 17,50 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 872 /(porcja 1g)= 8,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 3228 /(porcja 1g)= 32,30 g cukry suma (100g)= 380 /(porcja 1g)= 3,80 g Błonnik pokarmowy (100g)= 875 /(porcja 1g)= 8,80 g Sól (100g)= 10 /(porcja 1g)= 0,10 g Sód (100g)= 4100 /(porcja 1g)= 41,00 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowe 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 83.8 /(porcja 500g)= 418,90 kcal Białko ogółem (100g)= 5.1 /(porcja 500g)= 25,40 g Tłuszcz (100g)= 2.6 /(porcja 500g)= 12,80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .5 /(porcja 500g)= 2,30 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g cukry suma (100g)= .6 /(porcja 500g)= 3,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .9 /(porcja 500g)= 4,30 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 10.1 /(porcja 500g)= 50,30 mg**	zupa warzywna +ryż+masło+mięso drobiowa 500ml (*GLU Psz, JAJ, SEL,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 71.5 /(porcja 500g)= 357,30 kcal Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 500g)= 16,80 g Tłuszcz (100g)= 1.8 /(porcja 500g)= 8,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,60 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.2 /(porcja 500g)= 51,10 g cukry suma (100g)= .4 /(porcja 500g)= 2,20 g Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 3,80 g Sól (100g)= 0 /(porcja 500g)= 0,10 g Sód (100g)= 7.2 /(porcja 500g)= 35,90 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 062,80 kcal Białko ogółem 114,80 g Tłuszcz 66,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18,30 g Węglowodny przyswajalne 242,80 g cukry suma 15,60 g Błonnik pokarmowy 25,50 g Sól 0,60 g Sód 227,80 mg**

Wydruk z MAPI JADLOSPIS 2

Formularz:Jadlospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

Wydrukował: q, **Data i godzina wydruku:** 2026-11-09 12:08:17

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D07-Bogatobiałkowa	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103 /(porcja 570g)= 572,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 5.2 /(porcja 570g)= 28,60 g** **Tłuszcz (100g)= 3.7 /(porcja 570g)= 20,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.9 /(porcja 570g)= 10,60 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 11.8 /(porcja 570g)= 65,60 g** **cukry suma (100g)= 2.9 /(porcja 570g)= 16,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 570g)= 8,90 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 570g)= 0,80 g** **Sód (100g)= 110.8 /(porcja 570g)= 615,60 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Skyr naturalny 150g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.8 /(porcja 400g)= 115,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 400g)= 18,10 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2.4 /(porcja 400g)= 9,50 g** **cukry suma (100g)= 2.4 /(porcja 400g)= 9,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 400g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 1.9 /(porcja 400g)= 7,80 mg**	Koperkowa z zacierką 300ml (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 70.8 /(porcja 1120g)= 787,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.1 /(porcja 1120g)= 34,10 g** **Tłuszcz (100g)= 2 /(porcja 1120g)= 22,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 1120g)= 106,20 g** **cukry suma (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 1120g)= 13,00 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1120g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 6.1 /(porcja 1120g)= 68,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g** **Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 103.7 /(porcja 460g)= 471,30 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 460g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 4.1 /(porcja 460g)= 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 12.3 /(porcja 460g)= 55,70 g** **cukry suma (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1 /(porcja 460g)= 4,30 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 460g)= 1,00 g** **Sód (100g)= 101.6 /(porcja 460g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 2 045,40 kcal** **Białko ogółem 101,50 g** **Tłuszcz 62,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g** **Węglowodny przyswajalne 255,00 g** **cukry suma 50,90 g** **Błonnik pokarmowy 26,20 g** **Sól 2,30 g** **Sód 1 161,00 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	D03-Z ograniczeniem łatwo przyswęgl(Cukrzycowa)	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 93.2 /(porcja 510g)= 465,80 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.7 /(porcja 510g)= 23,50 g** **Tłuszcz (100g)= 4.8 /(porcja 510g)= 24,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 510g)= 16,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.4 /(porcja 510g)= 37,00 g** **cukry suma (100g)= 1 /(porcja 510g)= 5,20 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 510g)= 8,40 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 510g)= 2,00 g** **Sód (100g)= 4.8 /(porcja 510g)= 24,00 mg**	Skyr naturalny 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 24 /(porcja 400g)= 95,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 4.5 /(porcja 400g)= 18,10 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 1.1 /(porcja 400g)= 4,50 g** **cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 400g)= 4,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 400g)= g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 400g)= 0,20 g** **Sód (100g)= 3.9 /(porcja 400g)= 15,40 mg**	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (*SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (*JAJ, GOR,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 74.9 /(porcja 1120g)= 831,90 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 1120g)= 41,60 g** **Tłuszcz (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 1120g)= 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.7 /(porcja 1120g)= 107,80 g** **cukry suma (100g)= .8 /(porcja 1120g)= 9,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 1120g)= 21,00 g** **Sól (100g)= .1 /(porcja 1120g)= 1,60 g** **Sód (100g)= 5.7 /(porcja 1120g)= 62,90 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 84.5 /(porcja 460g)= 384,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.4 /(porcja 460g)= 15,50 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 460g)= 18,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.7 /(porcja 460g)= 35,00 g** **cukry suma (100g)= .6 /(porcja 460g)= 2,50 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.6 /(porcja 460g)= 7,20 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 460g)= 1,90 g** **Sód (100g)= 3.6 /(porcja 460g)= 16,30 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) Papryka świeża 30g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 142.1 /(porcja 130g)= 184,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 7.3 /(porcja 130g)= 9,50 g** **Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 130g)= 3,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .9 /(porcja 130g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 19.3 /(porcja 130g)= 25,10 g** **cukry suma (100g)= 2.1 /(porcja 130g)= 2,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 4.1 /(porcja 130g)= 5,30 g** **Sól (100g)= 1.4 /(porcja 130g)= 1,80 g** **Sód (100g)= .6 /(porcja 130g)= 0,80 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 1 962,20 kcal** **Białko ogółem 108,20 g** **Tłuszcz 67,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,90 g** **Węglowodny przyswajalne 209,40 g** **cukry suma 23,90 g** **Błonnik pokarmowy 41.90 g** **Sól 7,50 g** **Sód 119,40 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitalnego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	GL- Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Ser żółty 60g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 92 /(porcja 525g)= 484,00 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 525g)= 17,50 g** **Tłuszcz (100g)= 5.4 /(porcja 525g)= 28,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.2 /(porcja 525g)= 16,70 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 7.8 /(porcja 525g)= 41,20 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 525g)= 11,60 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .5 /(porcja 525g)= 2,40 g** **Sól (100g)= .4 /(porcja 525g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 3.1 /(porcja 525g)= 16,30 mg**		Zupa z soczewicy czerwonej 300ml bez glutenowa A (***SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A bez glutenu (***JAJ,***) Sos naturalny 120ml bezglutenowy (***MLE,***) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 79 /(porcja 1120g)= 877,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.3 /(porcja 1120g)= 37,00 g** **Tłuszcz (100g)= 2.9 /(porcja 1120g)= 32,00 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .4 /(porcja 1120g)= 3,90 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.1 /(porcja 1120g)= 100,80 g** **cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1120g)= 13,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1120g)= 19,50 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 1120g)= 2,10 g** **Sód (100g)= 26 /(porcja 1120g)= 289,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal** **Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g** **Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g** **cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g** **Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	chleb bezglutenowy 105g masło porcjowane 10g (***MLE,***) Szynka tostowa z kurcząt 60g (***SOJ,***) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 89.7 /(porcja 500g)= 448,40 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.2 /(porcja 500g)= 11,20 g** **Tłuszcz (100g)= 4 /(porcja 500g)= 20,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.5 /(porcja 500g)= 7,20 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.8 /(porcja 500g)= 48,80 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 500g)= 45,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .8 /(porcja 500g)= 4,10 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,50 g** **Sód (100g)= 1.7 /(porcja 500g)= 8,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 909,30 kcal** **Białko ogółem 69,00 g** **Tłuszcz 82,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,90 g** **Węglowodny przyswajalne 208,80 g** **cukry suma 76,40 g** **Błonnik pokarmowy 26,00 g** **Sól 5,80 g** **Sód 321,90 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	ML- Bezmleczna	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Pasta roślinna 1szt-75g (***GLU Psz, SOJ, GOR,***) Jajko gotowane 2szt-100g (***JAJ,***) Pomidor sparzony 100g 2 szt Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 96.4 /(porcja 625g)= 602,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.8 /(porcja 625g)= 23,80 g** **Tłuszcz (100g)= 4.2 /(porcja 625g)= 25,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 625g)= 7,10 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 625g)= 65,60 g** **cukry suma (100g)= 2.2 /(porcja 625g)= 13,70 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.2 /(porcja 625g)= 7,70 g** **Sól (100g)= .3 /(porcja 625g)= 1,80 g** **Sód (100g)= 94.6 /(porcja 625g)= 591,10 mg**		Koperkowa z zacierką 300ml bez mleczna A (***GLU Psz, SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Sos naturalny 120g A bez mleczny Ziemniaki 300g A Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 61.7 /(porcja 1220g)= 771,60 kcal** **Białko ogółem (100g)= 2.9 /(porcja 1220g)= 36,20 g** **Tłuszcz (100g)= 1.3 /(porcja 1220g)= 16,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .2 /(porcja 1220g)= 2,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 9 /(porcja 1220g)= 112,10 g** **cukry suma (100g)= 1.1 /(porcja 1220g)= 13,10 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.7 /(porcja 1220g)= 20,90 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 1220g)= 0,30 g** **Sód (100g)= 9 /(porcja 1220g)= 112,60 mg**	Herbata bez cukru 250 ml Mandarynka 100g **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 10.2 /(porcja 350g)= 35,20 kcal** **Białko ogółem (100g)= .2 /(porcja 350g)= 0,60 g** **Tłuszcz (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 2 /(porcja 350g)= 7,00 g** **cukry suma (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Błonnik pokarmowy (100g)= .4 /(porcja 350g)= 1,40 g** **Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= g** **Sód (100g)= 4.5 /(porcja 350g)= 15,40 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 107.2 /(porcja 485g)= 510,50 kcal** **Białko ogółem (100g)= 3.7 /(porcja 485g)= 17,40 g** **Tłuszcz (100g)= 3.9 /(porcja 485g)= 18,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.1 /(porcja 485g)= 5,30 g** **Węglowodny przyswajalne (100g)= 13.8 /(porcja 485g)= 65,70 g** **cukry suma (100g)= 9.2 /(porcja 485g)= 43,90 g** **Błonnik pokarmowy (100g)= 1.5 /(porcja 485g)= 7,10 g** **Sól (100g)= .2 /(porcja 485g)= 1,10 g** **Sód (100g)= 96.8 /(porcja 485g)= 460,80 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 919,50 kcal** **Białko ogółem 78,00 g** **Tłuszcz 61,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14,70 g** **Węglowodny przyswajalne 250,40 g** **cukry suma 70,70 g** **Błonnik pokarmowy 37,10 g** **Sól 3,20 g** **Sód 1 179,90 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	We- Wegetariańska	Chleb żytnio- pszenny 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 35g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Ser żółty 60g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Kakao z cukrem 250 ml A (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 118.4 /(porcja 515g)= 623,30 kcal Białko ogółem (100g)= 5.7 /(porcja 515g)= 29,80 g Tłuszcz (100g)= 5.9 /(porcja 515g)= 31,00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 3.6 /(porcja 515g)= 19,20 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 10.5 /(porcja 515g)= 55,40 g cukry suma (100g)= 2.3 /(porcja 515g)= 11,90 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 515g)= 9,90 g Sól (100g)= .3 /(porcja 515g)= 1,60 g Sód (100g)= 65.1 /(porcja 515g)= 342,80 mg**		Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (***SEL,***) Ziemniaki 200g a Ryba gotowana w jarzynach - 150g (***RYB,***) Surówka koperkowa 150g A (***JAJ, GOR,***) herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 68.8 /(porcja 1050g)= 688,00 kcal Białko ogółem (100g)= 6 /(porcja 1050g)= 59,60 g Tłuszcz (100g)= 1.4 /(porcja 1050g)= 13,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .1 /(porcja 1050g)= 1,40 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 9.6 /(porcja 1050g)= 95,90 g cukry suma (100g)= 1.3 /(porcja 1050g)= 13,00 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.8 /(porcja 1050g)= 17,80 g Sól (100g)= .2 /(porcja 1050g)= 1,70 g Sód (100g)= 10.8 /(porcja 1050g)= 108,30 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 28.9 /(porcja 350g)= 99,70 kcal Białko ogółem (100g)= 1 /(porcja 350g)= 3,30 g Tłuszcz (100g)= .5 /(porcja 350g)= 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= .3 /(porcja 350g)= 1,10 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 5.2 /(porcja 350g)= 18,00 g** cukry suma (100g)= 1.5 /(porcja 350g)= 5,00 g **Błonnik pokarmowy (100g)= 0 /(porcja 350g)= g Sól (100g)= 0 /(porcja 350g)= 0,10 g Sód (100g)= 2.3 /(porcja 350g)= 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta roślinna 1szt-75g (***GLU Psz, SOJ, GOR,***) Dżem porcjowany 1szt-25g Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] (100g)= 110.4 /(porcja 500g)= 552,00 kcal Białko ogółem (100g)= 2.4 /(porcja 500g)= 12,00 g Tłuszcz (100g)= 4.5 /(porcja 500g)= 22,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem (100g)= 1.4 /(porcja 500g)= 6,70 g Węglowodny przyswajalne (100g)= 14.5 /(porcja 500g)= 72,30 g cukry suma (100g)= 9.6 /(porcja 500g)= 47,70 g Błonnik pokarmowy (100g)= 1.9 /(porcja 500g)= 9,40 g Sól (100g)= .3 /(porcja 500g)= 1,50 g Sód (100g)= 92.3 /(porcja 500g)= 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 963,00 kcal Białko ogółem 104,70 g Tłuszcz 69,10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28,40 g Węglowodny przyswajalne 241,60 g cukry suma 77,60 g Błonnik pokarmowy 37,10 g Sól 4,90 g Sód 920,60 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	CIĄŻA C02A- Dieta Latwostawna	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 572,20 kcal Białko ogółem 28,60 g Tłuszcz 20,40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g Węglowodny przyswajalne 65,60 g cukry suma 16,00 g Błonnik pokarmowy 8,90 g Sól 0,80 g Sód 615,60 mg**		Koperkowa z zacierką 300ml (***GLU Psz, MLE, SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Sos naturalny 120g A (***GLU Psz, MLE,***) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 787,00 kcal Białko ogółem 34,10 g Tłuszcz 22,20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g Węglowodny przyswajalne 106,20 g cukry suma 13,20 g Błonnik pokarmowy 13,00 g Sól 0,20 g Sód 68,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (***MLE,***) **Wartość energetyczna[kcal] 99,70 kcal Białko ogółem 3,30 g Tłuszcz 1,60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g Węglowodny przyswajalne 18,00 g cukry suma 5,00 g Błonnik pokarmowy g Sól 0,10 g Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) masło porcjowane 10g (***MLE,***) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal Białko ogółem 17,40 g Tłuszcz 18,70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g Węglowodny przyswajalne 55,70 g cukry suma 7,20 g Błonnik pokarmowy 4,30 g Sól 1,00 g Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 930,20 kcal Białko ogółem 83,40 g Tłuszcz 62,90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g Węglowodny przyswajalne 245,50 g cukry suma 41,40 g Błonnik pokarmowy 26,20 g Sól 2,10 g Sód 1 153,20 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela CIĄŻAC03-Ograniczenie łatw.przys. węglo|Cukrzycowa	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 565,00 kcal** **Białko ogółem 37,10 g** **Tłuszcz 27,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g** **Węglowodny przyswajalne 41,30 g** **cukry suma 9,50 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,30 g** **Sód 114,70 mg**	Skyr naturalny 150g (*MLE,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 95,90 kcal** **Białko ogółem 18,10 g** **Tłuszcz g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 4,50 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (*SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (*JAJ, GOR,*) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 831,90 kcal** **Białko ogółem 41,60 g** **Tłuszcz 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 107,80 g** **cukry suma 9,00 g** **Błonnik pokarmowy 21,00 g** **Sól 1,60 g** **Sód 62,90 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Jajko gotowane 1szt -50g (*JAJ,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 442,10 kcal** **Białko ogółem 20,90 g** **Tłuszcz 22,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g** **Węglowodny przyswajalne 35,20 g** **cukry suma 2,50 g** **Błonnik pokarmowy 7,20 g** **Sól 2,00 g** **Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) Szynka baleronii 40g (*GLU Psz, GOR,*) Papryka świeża 30g **Wartość energetyczna[kcal] 184,60 kcal** **Białko ogółem 9,50 g** **Tłuszcz 3,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 25,10 g** **cukry suma 2,70 g** **Błonnik pokarmowy 5,30 g** **Sól 1,80 g** **Sód 0,80 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 119,50 kcal** **Białko ogółem 127,20 g** **Tłuszcz 74,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,50 g** **Węglowodny przyswajalne 213,90 g** **cukry suma 28,20 g** **Błonnik pokarmowy 41,90 g** **Sól 7,90 g** **Sód 270,50 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela LAKTACJA C02-Dieta łatwostrawna	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Pasta twarogowa naturalna 120g A (*MLE,*) Pomidor sparzony 100g 2 szt Kakao z cukrem 250 ml A (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 572,20 kcal** **Białko ogółem 28,60 g** **Tłuszcz 20,40 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10,60 g** **Węglowodny przyswajalne 65,60 g** **cukry suma 16,00 g** **Błonnik pokarmowy 8,90 g** **Sól 0,80 g** **Sód 615,60 mg**		Koperkowa z zacierką 300ml (*GLU Psz, MLE, SEL,*) Roladka drobiowa pieczona 100g A (*GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,*) Sos naturalny 120g A (*GLU Psz, MLE,*) Ziemniaki 200g a Brokuły duszona 150g herbata dzika róża/ jabłko z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 787,00 kcal** **Białko ogółem 34,10 g** **Tłuszcz 22,20 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 106,20 g** **cukry suma 13,20 g** **Błonnik pokarmowy 13,00 g** **Sól 0,20 g** **Sód 68,10 mg**	Herbata z cukrem 250ml A Jogurt owocowy 1szt-100g (*MLE,*) **Wartość energetyczna[kcal] 99,70 kcal** **Białko ogółem 3,30 g** **Tłuszcz 1,60 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 18,00 g** **cukry suma 5,00 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,10 g** **Sód 7,80 mg**	chleb żytnio-pszenny 90g (*GLU Psz, GLU Żyt,*) masło porcjowane 10g (*MLE,*) Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (*GLU Psz, SEL, GOR,*) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata z cukrem 250ml A **Wartość energetyczna[kcal] 471,30 kcal** **Białko ogółem 17,40 g** **Tłuszcz 18,70 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7,30 g** **Węglowodny przyswajalne 55,70 g** **cukry suma 7,20 g** **Błonnik pokarmowy 4,30 g** **Sól 1,00 g** **Sód 461,70 mg**		**Wartość energetyczna[kcal] 1 930,20 kcal** **Białko ogółem 83,40 g** **Tłuszcz 62,90 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21,90 g** **Węglowodny przyswajalne 245,50 g** **cukry suma 41,40 g** **Błonnik pokarmowy 26,20 g** **Sól 2,10 g** **Sód 1 153,20 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2026-11-15 KUCHNIA SZPITALNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-11-15 niedziela	LAKTACJA03-D, z ogran.łatwo przysa.węgl(Cukrzyca	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Ser żółty 60g A (***MLE,***) Pasta twarogowa naturalna 120g A (***MLE,***) Pomidor 100g-2szt Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 565,00 kcal** **Białko ogółem 37,10 g** **Tłuszcz 27,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16,90 g** **Węglowodny przyswajalne 41,30 g** **cukry suma 9,50 g** **Błonnik pokarmowy 8,40 g** **Sól 2,30 g** **Sód 114,70 mg**	Skyr naturalny 150g (***MLE,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 95,90 kcal** **Białko ogółem 18,10 g** **Tłuszcz g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem g** **Węglowodny przyswajalne 4,50 g** **cukry suma 4,50 g** **Błonnik pokarmowy g** **Sól 0,20 g** **Sód 15,40 mg**	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml A (***SEL,***) Roladka drobiowa pieczona 100g A (***GLU Psz, JAJ, SOJ, GLU Jęcz,***) Sos naturalny 120g A (***GLU Psz, MLE,***) Ziemniaki 200g a Surówka koperkowa 150g A (***JAJ, GOR,***) Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 831,90 kcal** **Białko ogółem 41,60 g** **Tłuszcz 21,10 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 2,90 g** **Węglowodny przyswajalne 107,80 g** **cukry suma 9,00 g** **Błonnik pokarmowy 21,00 g** **Sól 1,60 g** **Sód 62,90 mg**		Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 90g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Masło roślinne 10g Golonkowa delikatesowa z indyka 60g (***GLU Psz, SEL, GOR,***) Jajko gotowane 1szt -50g (***JAJ,***) Mix sałat z olejem i marchewką 50g Herbata bez cukru 250 ml **Wartość energetyczna[kcal] 442,10 kcal** **Białko ogółem 20,90 g** **Tłuszcz 22,30 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 6,60 g** **Węglowodny przyswajalne 35,20 g** **cukry suma 2,50 g** **Błonnik pokarmowy 7,20 g** **Sól 2,00 g** **Sód 76,70 mg**	Pieczywo żytnio-pszenno-razowe 60g (***GLU Psz, GLU Żyt,***) Szynka baleronii 40g (***GLU Psz, GOR,***) Papryka świeża 30g **Wartość energetyczna[kcal] 184,60 kcal** **Białko ogółem 9,50 g** **Tłuszcz 3,80 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 1,10 g** **Węglowodny przyswajalne 25,10 g** **cukry suma 2,70 g** **Błonnik pokarmowy 5,30 g** **Sól 1,80 g** **Sód 0,80 mg**	**Wartość energetyczna[kcal] 2 119,50 kcal** **Białko ogółem 127,20 g** **Tłuszcz 74,50 g** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27,50 g** **Węglowodny przyswajalne 213,90 g** **cukry suma 28,20 g** **Błonnik pokarmowy 41,90 g** **Sól 7,90 g** **Sód 270,50 mg**

Szczegółowy wykaz składników dań i alergenów znajduje się w Kuchni Centralnej oraz u Dietetyka Szpitlanego jest udostępniany na prośbę pacjenta.